



Atspausdinta ant perdirbto popieriaus



*Estetinių plombų  
priežiūros atmintinė*

**CLINIC | DPC**

Dantų Priežiūros Centras

## Plombavimo diena

- + **Nevartoti dažančių** maisto produktų (juodos kavos, burokėlių, raudono vyno, morkų sulčių ir pan. ), nesidažyti lūpų.
- + Nesibaiminkite, jei sunkiau tariate kai kuriuos garsus. **Burnos ir veido** bazinis adaptacijos periodas gali tęstis 2-4 savaites.

## Kontrolinė apžiūra po dviejų savaičių

Plombuojant Jūsų **dantys buvo izoliuoti** drėgmei nelaidžia guma-koferdama, todėl išdžiūvo ir šiek tiek pakeitė spalvą. Po to **dvi savaites dantys** geria drėgmę ir keičia spalvą, todėl tik po dviejų savaičių bus **matomas estetiško plombavimo rezultatas** (dantų spalva, **plombų** kraštinis sukibimas, gleivinės būklė ir pan.). be to, apžiūros metu gydytojas odontologas, atsižvelgiant į objektyvias jūsų pastabas, gali pasiūlyti atlikti **estetinių plombų korekciją**.

## Estetiškai plombuotų dantų priežiūra

### Patartina naudoti:

Dantų pastą – neturinčią **abrazyvinių medžiagų**, pavyzdžiui, „Elgydium“.

## Nenaudokite:


- + **Balinančių ir kitų didelio abrazyvumo dantų pastų** – jų sudėtyje yra rugščių ir abrazyvių dalelių, kurios braižo estetinių restauracijų paviršių. Plombos praranda blizgesį.
- + Pastų su chlorheksidinu – sudaro **tamsų apnašą**.
- + Pastų su žolelėmis – estetiškos **plombos praranda** blizgesį.
- + Dantų šepetuką reikia **rinktis minkštą**: ultra soft, super soft ar soft. (CLINIC DPC galima įsigyti Curaprox dantų šepetėlių, kurie išsiskiria šerelių gausa bei minkštumu). Didesnis šerelių skaičius veiksmingiau išvalo apnašas nuo dantų paviršiaus. **Dantis valykite šluojamaisiais** ir sukamaisiais judesiais (venkite horizontalių).
- + Tarpdantinius šepetėlius ar **tarpdančių siūlą**. Optimalus variantas – naudoti individualiai parinktus tarpdantinius **šepetėlius kas vakarą**. Priekinių dantų tarpdančių priežiūrai galima naudoti ir siūlą, vaškuotą arba siūlą juostelę, bet krūminių dantų tarpdančių priežiūrai efektyviausi tarpdančių **šepetėliai**. (CLINIC DPC galima įsigyti tarpdančių šepetėlį, kuris turi minkštus, aplink ploną ir itin lanksčią medicininę vielutę susuktus šerelius, todėl pasiekia net mažiausias ertmes. Čia **galite įsigyti** Jūsų poreikius atitinkantį tarpdančių siūlą).
- + Antiseptinį **skalavimo skystį** Listerin, kuris mažina mikroorganizmų kiekį, gerina burnos ertmės kvapą. Esant **burnos gleivinės** problemoms rekomenduojama naudoti gydomuosius ar **profilaktinius skalavimo skysčius** Curasept. Jūsų odontologas, įvertinęs burnos ertmės būklę, patars, kokį skalavimo skystį naudoti, jei yra indikacija.

- + Jei gydytojo nuožiūra Jums **buvo skirtos apsauginės kapos** ant dantų (pvz.: dėl bruksizmo – nesąmoningo dantų griežimo naktį) estetinių restauracijų apsaugai būtina kapą užsidėti kiekvieną naktį.
- + **Venkite kasti kietus** maisto produktus ir medžiagas (vaisių kauliukus, kaulus, keptą duoną, butelių kamščius ir pan.). **Padidėjus dantų jautrumui**, pastebėjus jų spalvos pakitimus, įskilus ar nuskilus plomboms, atsiradus skausmui ir pan. neatidėliotinai reikia kreiptis į kliniką.

## Profesionali burnos ertmės higiena ir estetinių plombų restauracija, poliravimas

**Praėjus 6-12 mėn.** po estetinio plombavimo patartina nuvykti profesionaliai burnos higienai. Jos metu bus **pašalinamos susikaupusios apnašos** ir akmenys bei nupoliruojami restauruoti plombavimo paviršiai. Informuosime apie **estetinės restauracijos būklę**, ar tinkamai naudojate dantų priežiūros priemones, patarsime, esant pakitimams – pasiūlysim korekciją. **Burnos ertmės higiena** ir estetinių restauracijų poliravimas būtini Jūsų dantų grožiui ir sveikatai palaikyti.

# CLINIC | DPC

 Mus rasite: Vilniuje, Kaune, Klaipėdoje, Šiauliuose, Panevėžyje, Alytuje, Mažeikiuose, Utenoje, Jurbarkė, Raseiniuose, Anykščiuose ir Londone.

  clinicDPC

 +370 632 0005

 [www.clinicdpc.lt](http://www.clinicdpc.lt)

 [konsultacija@clinic.dpc.lt](mailto:konsultacija@clinic.dpc.lt)